

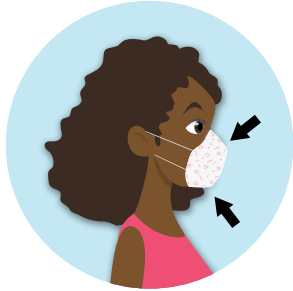
코로나19 마스크 사용:

올바른 마스크 착용법

권고된 다른 공중보건조치와 함께 견고하고 잘 맞는 마스크를 올바르게 착용하면 자신뿐만 아니라 다른 사람이 코로나19에 노출되는 것을 예방하는 데 도움이 됩니다. 어떤 종류의 마스크를 착용하든 효과를 위해서는 올바르게 착용하는 것이 가장 중요합니다.

CORÉEN / KOREAN

올바른 마스크 착용법



마스크로 코와 입, 턱을 완전히 가린다.



얼굴과 마스크 사이에 틈이 없게 한다.

- 마스크의 위와 옆, 아래를 확인
- 마스크 가장자리에 공기가 새는지 확인하고, 필요시 마스크를 조정



마스크가 틈새 없이 잘 맞도록 밀착도를 높인다.

- 매듭, 밴드 또는 귀끈을 조정
- 코편을 조정



마스크의 밀착도를 높이는 기타 방법



귀끈에 매듭을 만든다.



마스크가 얼굴에 평평하게 닿도록 마스크 측면을 밀어 넣는다.



마스크 조이개 또는 고정대를 사용한다.



일회용 마스크가 얼굴에 더 밀착되도록 그 위에 잘 맞는 비의료용 천 마스크를 겹쳐 착용한다.

- 마스크 두 개를 착용할 때도 여전히 호흡이 쉬워야 함



마스크가 더 밀착되도록 수염을 깎거나 짧게 유지하는 것을 고려한다.

잘 맞는 마스크를 위한 일반 원칙

잘 맞는 마스크의 요건

- 코와 입, 턱을 틈새 없이 편안하게 완전히 덮을 수 있을 만큼 클 것
- 모서리에서 공기가 새지 않을 것
- 매듭, 밴드 또는 귀끈을 이용해 머리에 잘 밀착시킬 것
- 자주 조정할 필요가 없고 편안할 것
- 세탁 및 건조 후에도 모양이 유지될 것(재사용 가능한 비의료용 마스크에 한함)

잘 맞는 마스크 고르기

마스크를 고를 때는 잘 맞는 것이 중요합니다. 다음 사항을 고려하십시오.

- 마스크 밀착도는 얼굴의 크기와 특성에 따라 다릅니다.
- 코편에 탄력성이 있는 마스크가 코의 밀착도를 높여줍니다.
- 머리 뒤쪽에 매듭이나 밴드가 있는 마스크가 밀착도가 높습니다.
- 귀끈이 있는 마스크를 고를 때는 귀끈 조정이 가능한 마스크를 고르거나, 마스크 밀착도를 높이기 위한 아래 요령을 따르십시오.
- 호흡보호구는 얼굴에 잘 맞도록 설계되어 있으므로 의료용 마스크보다 밀착도가 더 높을 수 있습니다.
- 지역사회에서 착용하는 호흡보호구는 공식적인 밀착도 검사가 필요하지 않습니다.

이 권고는 일반인을 위한 것이며, 의료 환경을 포함한 직업 보건 목적을 위한 것이 아닙니다.

자세한 정보: Canada.ca/coronavirus



Gouvernement du Canada

Government of Canada

Canada